



EJERCICIO TERAPÉUTICO Y REEDUCACIÓN DEL PATRÓN NEUROMOTOR EN LAS ALTERACIONES DEL MOVIMIENTO EN PACIENTES CON TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS DE COLUMNA



Dirigido a: Fisioterapeutas colegiados/as

Duración: 15 horas lectivas

Precio: 150 €

Calendario: 14 y 15 de enero de 2023

Horario: Sábado de 09.00 h a 14.15 h y de 15.00 h a 20.15 h;

Domingo de 9.00 h a 14.15 h

Lugar de realización: Facultad de Medicina UdL, Aula 3.03.

Calle de Montserrat Roig, 2, 25008 Lleida

DOCENTE

Alexandra Alonso Sal: Fisioterapeuta y licenciada en Ciencias del Deporte y la Actividad física. Másteres en tratamiento y alteraciones del movimiento, terapia manual ortopédica en el tratamiento del dolor, en calidad y control de movimiento. Es investigadora del Departamento de Grupo de dolor musculoesquelético y control motor en la Universidad Europea de Madrid y docente en la Universidad Europea de Madrid

PRESENTACIÓN

El dolor lumbar es la principal causa de discapacidad en el mundo y el tipo más frecuente de dolor crónico en adultos. Su prevalencia es extremadamente elevada y actualmente sigue en aumento. En España, el dolor lumbar representa el segundo problema crónico más frecuente entre la población adulta (17,3%), tras la hipertensión arterial (18,4%). Las guías europeas para el manejo del Dolor Lumbar Crónico Inespecífico recomiendan la terapia de ejercicio supervisada como el tratamiento de primera línea. Actualmente, existe una tendencia a basar la intervención de ejercicios en los principios de la estabilización lumbopélvica. Estos ejercicios se centran en la activación, restauración y entrenamiento de la musculatura estabilizadora profunda espinal, a través de ejercicios de baja carga, y el posterior progreso hacia ejercicios de movilidad y tareas funcionales que integran la activación de la musculatura profunda y la superficial o global de la columna. La terapia tiene como objetivo restaurar la coordinación muscular y el equilibrio biomecánico y va dirigida a mejorar la estabilidad lumbopélvica, cuya alteración se ha identificado como un marcador clínico característico de los pacientes con dolor lumbar crónico y recurrente, pudiendo llevar a la aparición de dolor y discapacidad.

OBJETIVOS

- Exponer los principios básicos y fundamentales del sistema de movimiento humano.
- Identificar y analizar las alteraciones funcionales desde la evidencia científica.
- Adquirir nuevas herramientas de razonamiento en la aplicación de las técnicas de valoración funcional.

Al finalizar la formación el alumno será capaz de:

- Diagnosticar, clasificar y reentrenar mediante el Control Motor las disfunciones de la columna.
- Entender los mecanismos pato-fisiológicos que causan la disfunción de movimiento y la inestabilidad.
- Integrar la terapia con movimiento y el entrenamiento neuromuscular en pacientes con patología musculoesquelética.

TEMARIO

- Influencia del Control Motor en el Dolor:
 - Sistema inmune y sistema musculoesquelético o influencia en la de las variables psicológicas
 - Factores de adherencia al entrenamiento en la práctica clínica
- Análisis e intervención de las alteraciones de la región lumbopélvica por déficit de control motor. Evidencia científica
- Test funcionales ortopédicos para el diagnóstico de la disfunción
- Subsistemas implicados en la alteración del control motor en la región lumbopélvica
- Ejercicio terapéutico y Control Motor: de las bases teóricas a la práctica clínica
- Herramientas prácticas de intervención con ejercicio en pacientes con alteraciones lumbopélvicas, progresión del entrenamiento
- Casos clínicos